THE RECOVERY KERNEL

Мінез-құлыққа байланысты тәуелділіктер сериясы.

МАНДАТТЫҚ СЕКСУАЛЬДЫҚ БҰРТАҚ.

Биология, үлгі және қалпына келтіру.

Жарамсыз.

Бұл ең көп ұятқа байланысты әрекеттік тәуелділік.

Негіздерден ұялу сезімі алдын ала жойылуы тиіс, осыған байланысты.

Компульсивті сексуалдық мінез-құлық бұрауы Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының (ДДСҰ) 2022 жылғы ICD-11 классификациясына енгізілген. Допамин жүйесі, опиоид рецепторларының белсенділенуі және жаңалыққа негізделген өзгертілмеген пропорционалды нығайту – бұл биологиялық факторлар. Жұтыну процесі басқа тәуелділіктер сияқты архитектураны қолданады.

Бөлім 1 — Биологиядан бастап.

THE CENTURION — Жыныстық әрекет – қол жетімді ең күшті табиғи дофамин стимуляторының бірі. Эволюция оны мақсатты түрде солай құрды.

Жыныстық әрекет – түрдің көбеюінің негізгі механизмі. Эволюция жүздеген миллион жыл бойы оны жеткілікті дәрежеде қанағаттандырушы етіп жасау үшін уақыт алған. Нәтижесі: жыныстық әрекет және оргазм кезінде бөкрелетін дофамин мөлшері – адам нерв жүйесіндегі ең жоғары табиғи дофамин деңгейлерінің бірі. Бұл кездейсоқтық немесе қателік емес. Бұл көбею үшін биологилық маңызды сигнал.

Бұл түсініктің артындағы мақсат – механизмге моральдық баға беруді жою: есірткі тәуелділігі жүйке жүйесінің сыйлық беру схемасын қолданады, ал жыныстық әрекеттер де осы схеманы күшті түрде белсенді етуге арналған. Белгілі бір мақсатқа жету үшін құрылған жүйе мәжбүрлікпен пайдаланылады. Проблема – импульс емес, импульс ерік-бояуынан тысқасы кеткен кезде не болатынында.

1.1 — Толық нейрохимиялық профиль.

Нейрохимиялық	Жыныстық қарым-қатынас кезінде ол не істейді?	Құмарлыққа қатысты мағына.
Допамин – күтілу және қалау белгісі.	Аролдау кезінде күрт өседі. Оргазм кезінде ең жоғары деңгейге жетеді. Бұл нейромедиатор белгілі бір түрткіштік сезімін тудырады — мақсатқа жетуге ұмтылу. Допамин – бұл бауырласудың өзі емес, күтілген бауырласуға деген ынталандыру.	Допамин іздеу мінезін ыңғайландырады – жыныстық әрекеттерге арналған уақыт. Есірткі тәуелділігі сияқты, допаминнің толеранттылығы дамып кетеді: бұрын қатты күтіміні туындатқан фактор, кейінірек тиімділігін жоғалтады, бұл жоғары интенсивтіліктегі факторларға ұмтылуға себеп болады.
Эндогенді опиоидтар – ләззат сигналы.	Оргазм кезінде және содан кейін эндорфиндер мен энкефалиндер бөлінеді, бұл оргазмнен кейінгі жайтта жылы, қанағаттанды сезім тудырады. Сыртқы оппиоидтар (героин, оксикодон) әсер ететін рецептор жүйесі, оргазм кезінде эндогенді оппиоидтар арқылы да белсенділенеді.	Содан себепті, налтрексон – алкогольге және опиоидқа тәуелділікпен күресу үшін қолданылатын му-опиоид рецепторларының блокаторы – құрымындағы опиоид компоненті арқылы жыныстық қанағат алумен байланысты мәселелерге тиімді әсер ете алады. Бұл, заттарға тәуелділікпен күресте қолданылатын дәл фармацевтикалық тәсілдердің көмегімен шешілуі мүмкін.
Окситоцин – байланыс сигналы.	Физикалық жанасу, оргазм және ұзақ көзқарастың нәтижесінде бөлінеді. Окситоцин – адамның басқа бір адамға жақындау қажеттігін туындайтын гормон. Окситоцин сексті эмоционалды байланысқа айналдырады.	Артықшылыққа апаратын жыныстық мінез-құлық, яғни байланыс құруды елемейтін әрекеттер (мысалы, порнография, эмоционалдық байланыссыз бірден бірнеше серіктестермен қарым-қатынас), денсаулықты жыныстық өмірде болуы тиіс окситоцин гормонының бөлінуін туындырмай, оргазмға әкелуі мүмкін. Бұл жағдайда ләззат толық емес: дофамин және опиоид компоненттері белсенділенеді, ал окситоцин

		байланысын орнататын компонент болмайды. Нәтижесінде, адам жыныстық өмір сүреді, бірақ эмоционалдық қанағаттан айырылады.
Вазопрессин – жұп құру белгісі (әсіресе ерлерде).	Окситоцинмен бірге жұмыс істейді, ерлердегі үйлесімді байланысқа ықпал етеді. Вазопрессин белгілі бір серіктеске қатысты қорғау сезімімен байланысты – "осы адам маған маңызды" деген сигнал.	Жауапты жыныстық қарым-қатынас көптеген серіктештермен қайталанатын болса, вазопрессин байланысу реакциясын нашарлата түседі – бұл, өз кезегінде, сексуалды байланыс арқылы үйлесім орнату қабілетін біртіндеп азайтады. Жылдар бойы мақсатсыз жыныстық қарым-қатынаспен айналысқан адам нақты, жақын араласуға қол жеткізу қиналатынын байқауы мүмкін.
Серотонин – тоқтылық белгісі.	Оргазмнан кейін серотонин деңгейі көтеріледі және бұл жыныстық ынтаның төмендеу кезеңіне, яғни қанағаттан кейінгі уақытқа әсер етеді. Бұл – табиғи "өткір" функциясы.	MDMA қолдану кезіндегі серотонин жүйесі сияқты, тұрақты, мәжбүрлік сексуалдық мінез-құлық серотониндің қанағаттандыру сигналын азайтуы мүмкін, бұл ретінде қайталану аралығының қысқаруына, артық мөлшерде тәбеттің пайда болуына және кез келген бір сексуалдық оқиғадан ләззат алу қиындығының артуына алып келуі мүмкін.

1.2 — Жаңалық факторы: Неліктен осы нақтылап айтылған тәуелділікте шектеу жоқ?

Көптеген мінез-құлыққа байланысты тәуелділіктерден айырмашылығы, мәжбүрлік сексуалдық бұзылудың нақты биологилық себебі бар, ал құмар ойынға, ойын-сауыққа және медиа тұтынуға бұл фактор тән емес: бұл "Coolidge Effect" деп аталады.

Кулджи эффекті – сүтқоректілерде (кең түрде зерттелген, түрлерге тәуелсіз) тіркелген жыныстық реакция, онда жаңа серіктестің пайда болуы жыныстық ынтаны қайта қалпына келтіреді. Бір серіктестен толық қанағат алған ер-кеңешек жануардың жаңа серіктеспен танысқан кезде жыныстық

әрекеттерге қайта оралуы мүмкін. Бұл – мінез құрылымындағы кемшілік емес, генетикалық әртүрлілікті дамытуға ынталандырушы эволюциялық механизм. Алғашқы уақытта бұл жаңа серіктестердің нақты қолжетімділігімен шектелген болатын. Ал цифрлік ортада мұндай шектеу жоқ.

Кульджның әсерінің аталық контекстегі мағынасы.	**Бұл цифрлік ортада не екені.**
Жыныстық ынта-қызығушылық нақты серіктестіктердің жаңа болуы арқылы қайта жаңартылады. Бұл кейде, серіктестердің қолжетімділігіне, әлеуметтік құрылымға және репродукцияның физикалық мүмкіндіктеріне байланысты жүзеге асады. Қанағаттандыру механизмі дұрыс жұмыс істейді, себебі нақты әлемде қол жетімді жаңа стимулдар шектеулі.	Порнография және танысуға арналған қосымшалар, әлеуметтік тұрғыдан ешқандай қиындық туындатпай, шексіз жаңа визуальды серіктесті ұсынады. Кулидж эффектісі әрбір жаңа сурет, бейне немесе профильмен белсенділенеді – бұл дофамин деңгейін көтереді және қанағаттандыру механизмі оны тоқтатуға тырыспайды, себебі жаңалық ешқашан аямайды. Бұл нормадан жоғары стимул: мидың сыйлыстыру жүйесіне арналғаннан күштірек және ұзағырақ әсер ететін фактор.

2-бөлім — Құмарлық жыныстық мінез-құлық бұрауы: Бұл не және бұл не емес.

THE CENTURION — Жоғары сексуалды қажеттілік ауру емес. Сексуалдық мінез-құлықты өз ерікпен бақылаудан шығу – бұл проблема.

Дұрыс сексуалды қажеттілік пен мәжбүрлік сексуалдық бұзылу арасындағы айырмашылық жиіліктің, жүргізілетін әрекеттердің және олардың дәстүрлі болуының емес, ерік-теңістің және адамның тоқтатуға қатыгездікпен ұмтылса да, бұл мінез-құлықтың зиян келтіретін болмауының мәселесі.

Бұл мәжбүрлік сексуалдық мінез-құлық (ICD-11 критерийлері).	Бұл қажетті түрде CSBD емес.
Жауап беруге қиын болатын, жоғары дәрежелі және қайталанатын жыныстық импульстарды бақылаудағы тұрақты қиындықтар. Жыныстық әрекеттердің жалғасуы, ол қатты көңіл күйінің нашарлауына, қарым-қатынастағы мәселелерге, денсаулыққа қауіп төнуге немесе өмір сүруде қиындықтар тудырса да. Денсаулық, жеке бас тазалығы, жауапкершіліктер немесе маңызды істерді жітіле қарамайтын болу, себебі олар жыныстық әрекеттерге немесе оларды іздеуге көп уақыт пен күш салуға кетіп тұр. Бұл мінез-құлық ұзақ мерзім бойы байқалады (ICD-11 критерийі: 6 ай немесе одан көп).	Жоғары сексуалды қажеттілік немесе жыныстық әрекеттердің жоғары жиілігі, бұл ерікпен бақыланатын және зиян келтірмейтін жайт. Ғалымдардың айтуынша, ерекше жыныстық қызығушылықтар да болуы мүмкін, бірақ олар келісімді түрде жүзеге асырылады және адамға немесе басқа адамдарға көңіл ауыртып, зиян келтірмейді. Өмірдегі өзгерістерден кейін (жаңа қарым-қатынас, денсаулықтың қалпына келу, стресс азаю) жыныстық әрекеттердің жиілігінің артуы мүмкін, бірақ бұл жайт уақыт өте өз алдына алады. Қарым-қатынастағы жыныстық қанағаттанбау – бұл қарым-қатынас мәселесі болуы мүмкін, ол міндетті түрде патологиялық құмарлық емес.

2.1 — Күшірек түрлері

Жергілікті түр.	Бұл үлгі немесе құрылымға ұқсайды.	Оны жүзеге асыратын нақты механизм.

Мейрімсіз порнография қолдану.	Көбірек қолдану, бірақ азайту немесе тоқтату қажеттігін сезіну. Порнографияға арналған уақыттың өсуі, бұл басқа істерге, қарым-қатынастарға және ұйқыға кедергі жасау. Алдыңғы, жеңіл мазмундардан бірдей әсер етуді алу үшін, көбірек экстремалды мазмұнды іздеу. Бұрын мүмкін болған, нақты серіктеспен жыныстық ынталандыруға қиналату.	Супранормалдық стимул мәселесі: шексіз жаңа көру стимулдары, қанағаттандыру механизмі жұмыс ізбей тұрғанда, Кулидж эффектін күшейтеді. Допамин алдын ала жүйесі, тоқтаусыз жаңалықтар арқылы үнемі белсенділенеді. Нейрологиялық бейімделу нақты әлем стимулдарына деген сезімталдықты азайтады.
Мәжбүрлікпен серіктестік іздеу.	Жүйкелілік себептермен жүзеге асырылатын, шынайы байланыс қажеттілігінен емес, мәжбүрлікпен шартталған көптеген жыныстық серіктеш іздеу. Серіктес ізделеді, жыныстық қарым-қатынас жүзеге асады және қызығушылық дереу жоғалады, бұл бір циклдық үдеріске алып соқтырады. Қаупінің артуы: төмен деңгейлі қауіпті оқиғаларға бейімділік дамыған сайын, қауіптілік деңгейі жоғарылай түседі.	Адамгершілік қарым-қатынастардағы күрделі жайттар: * Тәуелділік факторы: "күттірілген сый" принципі және жаңа серіктестіктен туындаған дофамин деңгейі. * Кулидж эффектісінің нақты өмірдегі проявлениесы. * Жақындасу кезеңінде (окситоцин) немесе уақытша байланыс пайда болуы, бірақ бұл құрылымдық емес, мәжбүрлік әрекеттермен бұзылуы мүмкін.
Жыныстық қатынас – эмоцияларды реттеу құралы ретінде.	Семейлік қарым-қатынастарды эмоционалды күйлерді – қорқыныш, депрессия, жалғыздық, ұайымсыздық, ашу секілді – реттеу үшін пайдалану. Семейлік қарым-қатынас фармакологиялық әсер етеді: ол эмоционалды күйден уақытша жеңілдік тудырады және бұл күй қайталанған кезде осы әрекетті қайталастыру қажет болады.	Оргазм кезіндегі опиоид рецепторларының белсенделуі, нақты уақытша негативтік эмоционалды күйлерден құтылуға көмектеседі. Бұл, эмоциялық ауырсынуды басу үшін қолданылатын опиоидтардың өзіне тән әрекет механизмімен бірдей. Жыныстық қарым-қатынас арқылы тіркескен адам, қорқынышты сезінгенде, оған жүгінеді, дәл сол сияқты, тревогасы бар адам алкогольге жүгінетініндей.
Мейрімсіз мастубация (порнографиядан тәуелсіз).	Опорсыз мастубация, порнографиядан тәуелсіз болып, жыныстық қалау немесе тартылыс емес,	Жағымдылық жүйесінің сыртқы ықпалданбай тікелей белсенділенуі. Бұл көбінесе ең көп ұятқа байланысты

	бағаналық және дофамин бөлінуге деген қажеттілікпен жүзеге асырылады.	болатын жағдай, себебі бұл процестің ішкі сипатта болуы және сыртқы факторларға тәуелсіз екендігі анық байқалады.

3-бөлім — Жыныстық құмарлықтың фармакогеномикасы.

THE CENTURION — Ерекшеліктер, заттарға тәуелділікке бейімділік тудыратыны, осы жерде де уақытша әлсіздік тудыруы мүмкін.

Геномдық профиль, ол мәжбүрлік сексуал бұзылуға бейімділікті арттырады, негізінен есірткі және басқа да мінез-құлықтарға тәуелділікке бейімділікті арттыратын профильмен үлкендей дәрежеде үйлеседі. Бұл кездейсоқтық емес — барлық осы тәуелділіктер бірдей жүлде беру тізбесін белсенді етеді, және жүлде беру тізбесінің функциясындағы бірдей өзгерістер барлығына да сезімталдық тудырады.

Вариант	Механизм.	CSBD байланысы.
DRD2 A1 аллелі – Марапаттық жетіспеу синдромы.	D2 рецепторларының тығыздығы 40%-ға төмендеген. Әдеттегі өмірден алынатын қуаныштар – тамақ, әлеуметтік байланыс, жетістік – A1/A2 немесе A2/A2 генотиптері бар адамдарға қарағанда, дофамин түйіндесу реакциясын аз тудырады. Адам тұтынушылық жағынан әдеттегі өмірден үнемі кем пайда көреді.	Кез келген жоғары интенсивтіліктегі сыйлық көзі, оның ішінде жыныстық қатынас, A1 аллелі туындатқан дофамин тапшылығын толтырады. CSBD (балалар сексуальдығы бұзылуы) DRD2 A1 популяцияларында жоғары деңгейде тіркелген. Жыныстық қатынас, жеткіліксіз рецептор тығыздығының жай ырқықты ынталандырулар арқылы өндіре алмаған дофаминді қамтамасыз етеді.
COMT Val158Met — соғысшының құрамы.	Жабырқатудың ең жоғары жылдамдығы. Ең жоғары деңгейі айқын және төменгі шегі де сондай. "Созылмалы" адамдар допаминнің ең үлкен амплитудалық ауытқуларын сезінеді, яғни ең жоғары деңгей мен ең төменгі деңгей арасындағы айырмашылық өте үлкен болады. Алдыңғы допамин деңгейінің жылдам төмендеуі келесі "доза" үшін ынтаны күшейтеді.	Соғысшының қарқындылық іздеу және бәсекелестік құлпы, мәжбүрлікпен серіктестік табуға (ережелі түрде Соғысшының дофамин жүйесін белсенді ететін іздеу мен жеңу динамикасына) және порнография қолданудың күшею үлгісіне сәйкес келеді (дофаминді жылдам жойылуына сәйкес, көбірек жаңа және қарқынды стимулды қажет).
MTHFR C677T	BH4-ның жеткіліксіз өндірілуі	MTHFR генінің

гомозиготасы.	дофамин және серотонин синтезін азайтады. Серотонин дефициті осы жерде ерекше маңызды – серотонин тоқтың сигналы болып табылады. Серотониннің азаюы тоқтының азаюын, ал тоқтының азаюы қысқарақ уақыт аралығын және тәбеттің жылдам қайта оралуын білдіреді.	тасымалдаушысы және серотонин синтезі бұзылған адамдарда жыныстық қатынастан кейін тоқтату кезеңі биологиялық тұрғыдан қысқа болады. Қолтыраулы цикл (қолдану, уақытша тоқтату, ынтаның жылдам қайта оралуы) серотониннің тоқтату механизмі бұзылғандықтан да пайда болуы мүмкін. 5-MTHF емдеуі бұл мәселені тікелей шешеді, ол серотонин синтезін қолдау арқылы жұмыс істейді.
MAO-A (моноамин оксидаза А) – импульс контролі гені.	MAO-A серотонин мен дофамин метаболизміне қатысады. Кейбір MAO-A варианттары тым көп мөлшерде бұзылуға (серотонин деңгейінің төмен болуы, импульсивтіліктің жоғарылауы) немесе тым аз мөлшерде бұзылуға (нейротрансмиттерлердің басқа түрлеріндегі бұзылулар) әкелуі мүмкін. Төмен белсенділікпен сипатталатын MAO-A варианты импульсивтілік пен агрессивтік мінез-құлқының жоғарылауымен байланысты.	Төмен белсенділікпен жұмыс істейтін MAO-A ферменті импульсивтік мінез-құлықтарда, оның ішінде CSBD (белгісіз этиологиялы бауыр синдромы) да жиі кездеседі. Импульсивтік компонент – жоғары серотонин деңгейінен туындаған тоқтату механизмі болмайтын жыныстық импульске берілу – бұл MAO-A ферментімен байланысты процесс.

Бөлім 4 — Науқастың құлдырауы: Неліктен ұят жағдайды ушықтыратыны.

"СЕНТУРИОН" - Өтірік мінез-құлықты сызықтың астына ысырып шығарады, онда ол өседі. Өтірік ұяушылық мәжбүрлік сексуалдық мінез-құлықтың тыртығы болып табылады.

Қалыпты емес сексуалдық мінез-құлық – бұл көмек сұрауға байланысты ұялудың ең жоғары деңгейі бар мінез-құлыққа тәуелділік. Қалыпты емес сексуалдық мінез-құлықтан зардап шегуші адамдар саны мен емдеуге жүгінушілер саны арасындағы айырма басқа мінез-құлыққа тәуелділіктерден көп. Бұл себебі – ұялу, яғни сексуалдық құмарлықтың көптеген мәдениеттік контекстерде тудыратын ерекше және күшті ұялу сезімі.

Науқаның шеңберіндегі ұят өзін-өзі күшейтіп, ең алдымен кері әсер етеді.

ҮДІҢ КӨЗКЕСТІГІ

1. Құмарлық мінез-құлық пайда болады.
2. Күшті ұят сезімі пайда болады – "менде не қате, неге мен бұлды тоқтатуға маған мүмкіндік берілмейді".
3. Үдеу сезімі эмоционалдық қиындықтарға (үрей, депрессия, өзін-өзі сызықтың жоқтығы) алып келеді.
4. Қолма-қайғымды жеңудің ең сенімді жолдарының бірі – бұл мәжбүрлік мінез-құлық, ол эмоционалдық ауырсынуды басады (опиат рецепторларының белсенделуі).

Бұл мінез-құлық, бұрынғы әрекеттердің туындатқан ауырсынуды жеңілдету мақсатында қайталанады.

6. Үлкен ұят. Құпиялылық күшейеді. Оқшақтық артады. Бұл мінез-құлық – оқшақтық пен ұялды күйіндегі адамға қолжетімлі жалғыз сенімді құтқару көзі.

Құмарлық сексуалдық мінез-құлқыны ұялмаушылық азайтпайды. Ұялмаушылық, бұл мінез-құлқы арқылы жеңілдетілуге тырысқан эмоционалдық қиындықтарды арттырады. Ұялмаушылық – бұл циклдың жалғасу механизмі.

Бұл, мінез-құлықтың қалыпты екенін немесе оның салдары азайтылуы керек екенін көрсететін аргумент емес. Бұл механизм туралы бақылау: мәнісінен айыру – бұл тәртіпсіз сексуалдық мінез-құлықты емдеудің негізгі әдісі ретінде фармакологиялық тұрғыдан тиімсіз. Бұл, мінез-құлықтың себебін жоюға көмектесетін қиыншылықтарды арттырады. Тиімді тәсіл – мәністен айыруды толығымен алып тастау және мінез-құлықты биологиялық және психологиялық үлгі ретінде қарастыру.

4.1 — Құпиялылықты сақтау факторы ретінде.

Құпиялылық, бірнеше механизмдер арқылы, мәжбүрлік сексуалдық мінез-құлқын сақтайды:

- Құпия өңделуге тиіс емес – барлық қарым-қатынас серіктерінен және көмекшілерден жасырылған мінез-құлқыны қарым-қатынас контекстінде, емдеуге қажет болатын ортада қарастыруға, сынға салуға немесе түзетуге болмайды. Құпия қараңғы жерде өседі.
- Екі жүзді өмірлік стиль – бұл ойлау жүйесіне үлкен күшік қою: жасырын және ашық жыныстық өміріңіз арасындағы айырмашылықты сақтау үшін көп көлемдегі менталдық ресурстар қажет. Бұл ресурстар, әйтпесе, қалпына келтіру жұмысына арналған болар еді. Өзінің құпиясын жасынуға тырысатын адам толыққанды түрде қалпына келу процесіне тартыла алмайды.
- Құпиялылық – жауаптылыққа кедергі. Қолсынушы мінез-құлқыны өзгертудің ең тиімді тәсілі – жауаптылыққа негізделген қарым-қатынастар. Егер бір адамның қолсынушы мінезі оны жақын болған ешкімге белгісіз болса, онда ол үшін сыртқы жауаптылық жүйесі жоқ болады.
- Жасырын ұзақ уақыт сақталып келген жыныстық әрекеттердің ашылуы – бұл жағдай серіктестерде (ұсталырлық травма) айрықша травмаға алып соқтыратын реакция тудырады, бұл реакция, егер осы әрекеттер алдын ала хабарланған болса, олардың салдарынан да астам болуы мүмкін. Жасырын сақталып тұрған уақыт қаншалықты ұзын болса, соғұрлым келесі зардаптар көп болады.

Бөлім 5 — Травмамен байланыс.

"СЕНТУРИОН" - Бұл мінез-құлыққа байланысты ең көп жағдайда психологиялық травмаға ұшыраған адамдарды қамтитін тәуелділік. Оны атауымыз керек, бірақ бұл тек түсініктерінің бір бөлігі болуы керек.

Балалық шақтың негативті тәжірибелері (БШТ), әсіресе жыныстық құрықтау, сондай-ақ денелік зорлық-зомбылық, эмоционалдық немқұрайлылық және отбасылық дағдарыс – бұл мәселелер компульсивті сексуалды мінез-құлыққа ұшыраған адамдардың арасында айтарлықтай жиі кездеседі. Бұл байланыс әр жағдайда себеп-салдарлы емес және ешбір жағдайда толық түсінік бермейтін фактор. Бірақ бұл, клиникалық тұрғыдан маңызды ескертуге лайық мәселе.

Механизм.	CSBD қаупін қалай тудыратынын түсіндіруге көңіл аударайық.	Емдеудің маңызы.

Балалық шағындағы жыныстық құрықтау, ол жағдайдың реакциясын жыныстық сипатқа ие еткен.	Егер жыныстық тәжірибе ерте даму кезінде травмалық жағдайда енгізілсе, жыныстық ынталану мен травмаға реакция (әсерге сезімталдық, қорқыныш, уайым/қорқудың үйлесуі) арасындағы нейрологиялық байланыс бекем болуы мүмкін. Адамның жыныстық әрекеттерге ұрынған себебі – бұл өтірік болмаған травманы қайта жаңғырту және қайта өңдеу. Бұл мәжбүрлік, көп жағдайда, өңделмеген травманың мәжбүрлігінен туындайды.	Травмаға арналған терапия (EMDR, соматикалық тәжірибе, травмаға қатысты когнитивтік жүректік терапия) міндетті түрде қолданылуы тиіс және бұл әрекеттердің қатар жүруі шарт. Тек мінез-құлыққа бағытталған түзету ғана белгілерді жоюға көмектеседі, бірақ мәселенің түбірін шешуге арналмайды.
Эмоционалды игнор және әсерді реттеудің үйренуі.	Балалар, олардың эмоционалдық қажеттіктері күтімшілер тарапынан қанағаттанбаған жағдайда, эмоциялық қиындықтарды өздерінің құралдарымен реттейді. Семейлік әрекеттер эмоцияларды реттеу үшін құрал ретінде табынылса (бұл көбінесе өспірім кезінде жиі кездеседі), онда бұл күтімшілердің бірлескен реттелуі болмаған жағдайда, қиындықтарды басқарудың негізгі құралына айналады.	Жыныстық әрекетті эмоцияларды реттеу үшін пайдалануды үйренген адам, басқа эмоцияларды реттейтін дағдылардың жоқтығы себебінен, балама эмоцияларды реттейтін құралдарды дамытуы керек – тек жыныстық өзін-өзі реттеуді тоқтату жеткіліксіз, оған орнын ауыстыратын нәрсе қажет.
Жұқпалы байланыс үзілуі және қорқынышпен/қашумен байланысты жүріс-түсіністер.	Қорқынышты байланыс (қорқушы немесе қауіпті) белгілі бір жыныстық мінез-түсініктерге алып келеді. Қорқушы байланыс, жыныстық қарым-қатынас арқылы қорқу сезімін басуға ұрындырады. Қауіпті байланыс, шынайы жақындықсыз жыныстық әрекеттерге алып келеді	Атаулылыққа бағытталған терапия негізгі қарым-қатынас үлгісіне көңіл аударады. CSBD – бұл атаулылық стратегиясының белгісі. Атаулылық стратегиясын өзгерту мінез-құлықтың функциясын өзгертеді.

	– жақындық орнататын және осалдық тудыратын факторлардың алдын алу арқылы, тек осыған ұқсас, бірақ осалдықсыз әрекеттер жүзеге асырылады.	

Маңызды ескерту: CSBD-мен (белгісіз себепті құрыну бұзылуы) бар әр адамға травманың тарихы да немесе жоқ болуы мүмкін. Көптегендерде мұндай тарих болмайды. Травманың тарихы, ол болған жағдайда, маңызды және оны қарастыру қажет. Егер травманың тарихы болмаса, онды клиникалық көрініске қоспау керек. Жеңілдік жүйесінің бұзылуы, "Coolidge Effect" (қызғана алмау), дофамин/опиоид тізбегінің белсенделуі сияқты биологиялық факторлар CSBD-ны травманың әсерінсіз де тудыруы мүмкін.

Бөлім 6 — Порнографияға арналған ерекше профиль.

THE CENTURION — Порнография – бұл қалыптыдан жоғары деңгейдегі стимул. Бұл, мидың жыныстық мақтау жүйесінің өмірге келгеннен кейін дамығандықтан, осы көлемде өңдей алмайтын нәрден гөрі күштірек.

Порнографияға тәуелділік – қазіргі уақыттағы клиникалық практикада кездесетін мәжбүрлік сексуал бұзылудың ең көп таралған түрі. Интернет нөлдік құнға және әлеуметтік тәсілі жоқ түрде, шексіз мөлшерде жаңа визуальды сексуал серіктесті ұсынады – бұл "Coolidge Effect" деп аталатын құбылысты тоқтату мүмкін емес деңгейде жүзеге асырады, бұл алдыңғы адамзат орталарында болмаған жайт. Мидың сыйлық беру жүйесі мұндай ақпарат көлеміне бейімделмеген.

6.1 — Артық порнография қолданудың жүйке жүйесіне тигізетін нақты әсерлері.

Әсер.	Механизм.	Клиникалық көрініс.
Сезімдік мазасыздық тудыратын факторларға қарсы тұру қабілетін арттыру.	Дофаминнің мақтау жүйесіне қайта-қайта үлкен әсер ету, есірткіге үйрену салдарынан болатын өзгерістер сияқты кері әсерлерді тудырады. Басында қатты көңіл күйін туындатқан фактор, уақыт өте келе, біртіндеп аз әсер ете бастайды. Адам бұрынғы сезімдерді ала алу үшін, жаңа немесе экстремалды мазмұнды іздей түседі.	Бәсекелестік үлгірі: жеңіл мазмұннан бастап, біртіндеп экстремалдырақ санаттарға көшкен адам, есірткіге тәуелділікпен байланысты болатын сезімталдық/толернттылық прогрессиясын көрсетеді. Бұл үлгірі тұлғалық мәселе емес – бұл рецепторлардың төмендеуі.
Азайған нақты серіктестік қарым-қатынасынан туындаған уақытша жұмбақ.	Мидың жыныстық реакция жүйесі порнографиялық стимулдардың ерекше қасиеттеріне бейімделеді – көруге арналған, жаңашыл, қиындықсыз және шексіз. Нақты серіктестер сол дәрежеде жаңашыл емес, сондай-ақ олар бірдей қолжетімділікте болмайды және порнографияда	Жасыр шағындағы ерлерде байқалатын, нақты серіктерімен жыныстық қарым-қатынас кезінде ғана пайда болатын, ал порнография қолдану кезінде болмайтын ерекшеліктер, ауыр порнография қолдану тарихы бар науқастардың клиникалық топтарында тіркелген. Бұл психологиялық

	кездеспейтін әлеуметтік және эмоционалды өзара әрекеттерді талап етеді. Порнография арқылы үйренген жүйеде, бұрын нақты серіктеспен жеңіл туындаған уақытша қозғалғыштық, қиынға түседі.	емес, нейрологиялық мәселе. Мақтау жүйесі, нақты серік қайталай алмайтын стимулға бейімделген.
Алдыңғы ми жапырағының бұзылуы импульсивтілікке әсер етеді.	Асқын порнографияны қолдану нейровизуализация зерттеулерінде мидың алдыңғы бөлігінің көлемінің қысқаруына және мидың алдыңғы бөлігі мен лимбикалық жүйе арасындағы байланыстың азаюына алып келуі мүмкін, бұл заттарға тәуелділікпен байланысты бірдей үлгі. Мидың алдыңғы бөлігі "тоқтату" сигналын береді. Егер ол бүлінген болса, лимбикалық жүйенің ынталандыруы азайған бақылау мүмкіндігімен жұмыс істейді.	Порнография қолдануды тоқтатуға ниет білдіріп, бірақ одан құтыла алмайтын адам – ол лимбикалық ынтаны алдыңғы ми жапырағының бақылауынан айырылуы туралы айтып отыр. Бұл ерік күшінің жетімсілігі емес. Бұл, порнографияны көп қолданудың жүйке жүйесіне тигізетін дәлелденген әсері.

6.2 — Порнографиядан құтылу бағдарламасы.

Порнографияға қатысты ұғымды анықтау: Бастамасбұрын, "асалы" негізді екенін нақты айқындаңыз. Порнографияға тәуелділікten құтылу үдерісінде көптеген адамдар үшін "асалы" деген сөз – мақсатты түрде жыныстық уытқу үшін қолданылатын (бейне немесе жазба) материалдарды пайдаланбау. Бұл анықтама, порнографиясыз мастурбацияны бөлек мінездеме ретінде қарастырады және әр адам оны өздерінің жеке құндылықтары мен қалпына келтіру жолдарына сәйкес шешеді.

- Жауаптылықты қамтамасыз ететін бағдарламалар: Covenant Eyes, Bark, Circle немесе осындай ұқсас құралдар, олар порнографиялық контентті фильтрлейді немесе қол жеткізу әрекеттері туралы белгілі бір жауапты серіктестікке хабарлайды. Жауапты серіктестік адамның бұл мәселемен жұмыс жүргенін біледі. Құпиялылық механизмі бұзылады. Бағдарлама орнатылып, серіктестің электрондық поштасы келесі ынта туындағанға дейін, оның алдында орналастырылуы керек.

- Жабдықтардың үйкелуі: егер телефон негізгі қолданыс құралы болса, одан мобильді браузерді алып тастаңыз. Егер компьютер негізгі қолданыс құралы болса, оны үйдің қоғамдық орнына жылжытыңыз. Жеке қарау мүмкіндігін жойыңыз — бұл әдет-хаттар жасырын жерде дамиды және ашық ортада жоғалады.
- Порнография қолданудың ынталандыруы: порнография қолдануға деген ынталандыру, егер оған көңіл берілмесе, шамамен 15-30 минут ішінде жоғарылап, содан кейін төмендейді. Ынталандыруды бастан кешіріп, оған әрекет жасамай – ынталандыру толқынына көңіл аудара отырып, оған жауап бермей – бұл порнография қолдану бұзылуынан құтылудың негізгі дағдысы. Әр сәтті 20 минут бойын ынталандыруға қарсы тұру, уақыт өте келе, оның күшін азайтатын нейрологиялық төзімділік қалыптастырады.
- Суық сумен жуу немесе жүзді суға батыру: суық су тәсілі әсіресе су астына түсу реакциясын және норадреналин жауаптарын белсендідетеді, бұл дофаминге байланысты іздеу күйін тоқтатуға көмектеседі. Бұл әдіс физиологиялық себептермен жұмыс істейді, ерік күші арқылы емес.
- 90 күндік кезең: порнография қолдану бұзылысы туралы нейрологиялық зерттеулерге сүйенсек, сезімталдық жоғалған сыйландыру жүйесінің нақты әлемнен келген стимулдарға қалыпты реакциясын қалпына келтіру үшін шамамен 90 күн бойында тыйылу қажет. 90 күндік мақсат – бұл жазылудың бастауы, оның аяқталуы емес.

Бөлім 7 — Қалпына келтіру архитектурасы

"СЕНТУРИОН" – Бұл басқа да тәртіпсіз мінез-құлықтарға тән бірдей модель. Бірақ бір қосымшасы бар: аман қалудың анықтамасы нақты болуы керек.

7.1 – Жыныстық тыйымдылықтың анықтамасы.

Зерттеуге негізделген тәсілде, есірткіге тәуелділікпен салыстырғанда, ол тек "бар" немесе "жоқ" деп анықталады (мүлдем қолданбау), ал жыныстық тыйылу жеке адамға қатысты белгіленеді, себебі ешқандай жыныстық әрекетсіз болу деңгейінің сау болмауы мүмкін және бұл мақсатқа да сай келмейді. Тыйылудың анықтамасы – бұл жеке декларация, әдетте терапевтпен бірлесіп жасалынатын, мыналарды көрсететін:

Не анықтау қажет?	**Мысалға, анықтама компоненттері:** *** Жүйелік қалыпты күйге қайту (Recovery Kernel)** *** Налоксон** *** COMT** *** DRD2** *** MTHFR** *** Нұсқаулық (Blueprint)** *** findahelpline.com**	**Неліміздің маңыздылығы.**
Негізгі мінез-құлықтар – бұл адам үшін қайталануды құрайтын нақты әрекеттер.	Порнографияға тәуелділік үшін: мақсатты түрде порнографияны қолданбау. Жұп іздеуге қатысты мәселелер үшін: анонимді немесе уақытша жыныстық қарым-қатынастарды болдырмау. Эмоционалды күйзеліске реакция ретінде жыныстық қарым-қатынас: эмоционалды қиындықтарға бірінші жауап ретінде жыныстық әрекеттерді қолданбау.	Асқынбағандықтан туындаған мінез-құлықтар соншалықты нақты болып, кез келген жағдайда "иә" немесе "жоқ" деп анық жауап беруге мүмкіндік береді. "Жасырын жыныстық қарым-қатынасқа түсуі жоқ" деген сөз – бұл анықтама емес, ол сондықтан да нақты емес, оны қолдану қиын. "Порнографияға салынбау, кешкі 9:00-ден кейін кездесуге арналған қосымшаларды пайдаланбау" – бұл анықтама.

Ортаңғы шеңбердегі мінез-құлықтар – бұл өзіне тән рецидив емес, бірақ осы адам үшін рецидивке алып келетін белгілер.	Отчетсыз адаммен бірге қонақ үйге жалғыз қалу. Белгілі әлеуметтік желі аккаунттарын қарау. Жоспарсыз белгілі орталарға бару. Бұл мінез-құлықтар, өзін-өзі ұстамадағы адамның қайталануына алдын ала алып келетін әрекеттер, бірақ олар өздерінен қайталану емес.	Ортаңғы шеңберге қатысты түсініс адамға қайталанудың алдындағы кезеңде екенін тануға және қайталану орын алуынан бұрын шара қолдануға мүмкіндік береді.
Дұрыс мінез-құлықтың сыртқы шеңбері – жеке адамның қалпына келу ценностине сәйкес және салауатты жыныстық өмірді қолдайтын сексуалдық көріністер.	Жұптық қарым-қатынастағы жыныстық өмір. Порнография қолданбайтын мастубация (егер бұл адамның жеке бағдарламасына сай келсе). Дұрыс жүгірілушілік мінездер. Жыныстық құмарлыққа апаратылмаған физикалық жақындық.	Жазылу тек сексуалдылықты жою туралы емес. Бұл сексуалдық мінез-құлыққа ерікті түрде бақылау орнату туралы. Сыртқы шеңбер негізінде, сау экспрессия қандай болуы тиіс екенін көрсетеді, сондықтан жазылу тек нәрсені жоюға ғана емес, сонымен қатар бір нәрсені құруға бағытталған.

7.2 — CSBD-ге арналған қосымша препараттар тізімі.

Толық ақпарат	Доза	Уақыт.	Бұл мақалада CSBD-ге арналған нақты себептер келтірілген.
NAC (N-Ацетилцистеин) – бәлдіршенің ең маңызды бір компоненті.	Күніне екі рет, бір реттік дозасы 600 мг.	Таңғы және күндізгі уақыт.	NAC (N-ацетилцистеин) ядролық аймақ пен алдыңғы ми қуысында глутаматтың үйлесімділігін қалпына келтіреді – бұл мәжбүрлік мінез-құлықты туындатушы нақты бұзылу. Клиникалық тәжірибелер NAC препаратының құмар ойын, трихотилломания және есірткі қолдану сияқты мәжбүрлік мінез-құлықтарды азайтатынын көрсеткен. Глютаматтың нормализация

			әсері мәжбүрлік импульстің шұғылдығын азайтады, бірақ ұйқылылыққа немесе жүлде беру жүйесінің тоқтатылуына алып келмейді.
5-MTHF – серотонин синтезіне қолдау.	400-1000 мкг	Қайырлы таң!	Серотонин жүйесі – бұл тоқтату сигналы, жыныстық мінез-құлықтың табиғи "өткізілмейтін" механизмі. MTHFR генотипі бойынша гомозигота тұлғаларда, серотонинді синтездеудің бұзылуы рефрактерлік кезеңді қысқартқан және артық мөлшерде қалаудың қайталануын жеделдетеді. 5-MTHF тікелей тоқтатуды туындататын серотонин синтезі жолын қолдауға көмектеседі.
Цинк – тестостерон және окситоцин метаболизмін қолдау.	15-30 мг тағаммен бірге қабылдаңыз.	Күнді сарқыратып шыққанша.	Мыс – тестостерон метаболизмі және окситоцин синтезі мен өңделуге қатысатын ферменттердің кофакторы болып табылады. Дұрыс (артқы емес) деңгейдегі тестостерон нормалды либидоны ынталандырады. Окситоциннің қолдауы сексуалдық әрекеттің байланыстыру элементін дамытады, ал мәжбүрлік сексуалдық мінез-құлық оны басады.
Магний глицинаты.	400 мг элементтік құрамы.	Күнді сарқыратып шыққанша.	Окситоцин синтезінің кофакторы. Глицин компоненты NMDA-ның коагонисті болып табылады және NAC-пен бірге глутамат жүйесін реттейді. Магний глицинатының тынықтыру әсері, жыныстық қарым-қатынас арқылы эмоцияларды реттеуге ыңғайлануға себеп болатын қорқынышты азайтады.
D дәрісі	2000-4000	Таңғы уақытта	D витаминының жетіспеушілігі

	халыналық бірлік.	майлы тағам.	көңіл күйін реттеуде қиындықтарға және тыйым салу қабілетінің төмендеуіне байланысты болуы мүмкін. D витамині рецепторлары мидың алдыңғы бөлігінде, яғни ингибиторлық бақылауды қамтамасыз ететін аймақта орналасқан – бұл "тоқтату" сигналын беретін орталық. Жетіспеушілік негізінен мидың алдыңғы бөлігінің, ол мәжбүрлік сексуалдық мінез-құлықтан құтылу үшін қажет болатын функциясын нашарлатады.

7.3 — Профессионалдық емдеу ресурстары

CSBD-де мамандалған, арнайы дайындықтан өткен мамандар бар, ал жалпы терапия саласы бұл мәселелерді толықтай шешуге әлі де дайын емес.

- CSAT (Сертификатталған сексуалды тәуелділік терапевтісі): жыныстық құмарлықты емдеуге арналған IITAP сертификациялық бағдарламасы бойынша арнайы дайындалған мамандар. CSAT-ды iitap.com сайтынан табуға болады.
- Sex Addicts Anonymous (SAA): бұл, негізінен, мәжбүрлік сексуалдық мінез-құлықпен күресетін адамдар үшін арналған 12 қадамнан тұратын бағдарлама. Бұл бағдарлама, жалпы 12 қадамды қолданушыларға қарағанда, аман қалудың кеңейтілген және икемді анықтамасын ұсынады. Осы қоғамдық орталықтағы адамдар, жеке шеткергілік сезімдердің ерекше динамикасын түсінеді және нақты мінез-құлықтарға қатысты сот жасамайды.
- SMART Recovery: діни емес, мінез-құлыққа негізделген тәсіл, ол 12 қадамдық модельді қолдамайды. Бұл бағдарлама жоғары күш концепциясымен үйлеспейтін адамдар үшін арналған.
- Жыныстық тәуелділікке шағылысқан адамдардың серіктері: егер серік, жыныстық бұзылушылыққа байланысты пайда болған мәжбүрлік мінез-құлқының ашылуынан кейін психологиялық жарақат алса, оларға өздеріне арналған қолдау қажет – COSA (Co-Sex Addicts Anonymous), SANON немесе CSAT маманынан жеке терапия. Серіктің травмасы нақты және ол жұптар арасындағы терапиядан бөлек емделуді қажет етеді.

8-бөлім — Табиғи сексуал денсаулық құрылымы.

"СЕНТУРИОН" – Жұтым дегеніміз жыныстық қатынастан толық бас тарту емес. Бұл ерікті, байланысқа негізделген, қанағаттандыратын жыныстық өмірге қайта оралу.

Бұл бөлімде қалпына келтіру нені мақсат ететіні айтылады – бұл жеке адамның мәдениетіне, құндылықтарына және өмірлік тәжірибесіне байланысты белгілі бір мінездер мен қарым-қатынас жүйелері емес, сондай-ақ сау жыныстық өмір сүрудің нейрологиялық және психологиялық сипаттамалары.

Сапа	Бұл қандай көрінеді?	Қатыгез сексуалдық мінез-құлық бұл процесті қалай бұзып кетті.
Эркін өзін-өзі бақылау.	Адам жыныстық қарым-қатынасқа кіруге немесе одан бас тартуға өз еркінше шешім қабылдай алады, бұл шешім нақты ниеттерге, жағдайларға және құндылықтарға негізделген. Сондай-ақ, адам сол себептермен жыныстық қарым-қатынастан тоқтауын да таңдауы мүмкін. Бұл әрекет адамның өзінің бақылауында болады, ал ол мәжбүрлік сезімнен туындамайды.	CSBD бұл бақылауды жояды. Адам өз құндылықтары мен ниеттеріне қарсы әрекет етеді. Жұтыну, адамның нақты таңдау жасауға мүмкіндік беретін алдыңғы лобтың реттейтін қабілетін қалпына келтіреді.
Нақты ниет – жетекші күш.	Жыныстық әрекет – бұл белсенділікке немесе серіктеске нақты қалаудан туындаған, дофамин деңгейін көтеруге, эмоционалдық ауырсынуды басуға, жаңалық іздеуге немесе зорлыққа байланысты емес.	Қолма-қайғырсыз жыныстық мінез-құлық адамның нақты қалаудан емес, басқа факторларға байланысты жүзеге асырылатын әрекеттерге алып келеді. Адам көңіл күйінің жақсаруын, шұғылдықты, әдетті сезінуі мүмкін, бірақ бұл қажетті түрде нақты қалау емес. Жылыну процесінде адамның шынайы қалауын ажырату және оны дұрыс бағытқа қайтару мақсатында жұмыс

		жасалады.
Байланыс	Жұптық қарым-қатынас, серіктестің нақты эмоционалды қолдауымен жүзеге асырылса, окситоцин гормонының бөлінуін ынталандырады. Бұл байланыс құруға көмектеседі. Ал, мәжбүрлік сексуалдық мінез-құлық (әсіресе порнография және бірнеше серіктермен алмасу) бұл окситоциннің әсерін толығымен жойып жібереді.	Жұптық қарым-қатынассыз, қайталанатын жыныстық әрекеттер сексуалдық байланысқа қабілеттілікті біртіндеп азайтуы мүмкін. Жүйелеу процесі, салауатты сексуалдық әрекеттердің құнарлылығы ретінде жоғарылатылған окситоцин арқылы жүзеге асатын байланысты қалпына келтіреді.
Тоқтылық	Жыныстық қатынастан кейінгі нормалды рефрактерлік кезең – шынайы ләззат сезімі туындаған, бірақ бірден жаңа apzu пайда болмайтын пост-оргазм күйі.	Қалыптасқан жыныстық мінез-құлық жиі циклға алып соқтырады, онда оргазмнен кейін пайда болатын жағдай ләззат емес, ұялу сезімі тудырады, бұл әсерді реттеу үшін қызметке тез қайтуға ынталандырады. Серотониннің қанағаттандыру сигналы ұялудан туындаған көңіл күйімен басылады. Жұмарту табиғи қанағаттандыруды қалпына келтіреді.

8.1 — Донорлық және трансплантация.

No Substance Required сериясындағы барлық мінездық тәуелділіктер сияқты, мәжбүрлі жыныстық бұзақылыққа байланысты пайда болған ұйымдасушылық фактор трансплантацияланады. CSBD-ның нақты элементтері, оларды басқа бағытқа ауыстыруға болатындары:

- Жағымды әсерлер мен жаңа тәжірибелерге ұмтылу: "Соғысшы" құрылымның қатты, жаңа тәжірибелерге деген ынтасы шынайылыққа, спорттық бәсекелестікке, шекаралық мүмкіндіктерге, саяхатқа, творчествоға және кәсіпкерлікке бағытталуы мүмкін. Маңызды нәрсе – интенсивность. Проблема орталық құралда болды.
- Жақындыққа ұмтылу, ол мәжбүрлікпен ауысқан серіктестіктер арқылы білдіріледі: нақты адамгершілік байланыс қажеттілігі – ал бұл мәжбүрлік үлгісі нақты байланысты тудырмайтын тәсілмен оған ұқсас болатын. Бұл құштарлықты терең, тұрақты және өзара сыйластыққа негізделген қарым-қатынастарды дамытуға бағыттай аласыз. Әрқашан іздеуге тырысқан нәрсе – байланыс болды. Бірақ бұл байланысқа қол жеткізудің тәсілі, керісінше, оған кедергі жасады.

- Эмоционалдық күйлерді реттеу функциясы: мәжбүрлік сексуал бұзылу арқылы басқарылған эмоциялық күйлер (үзіліс, депрессия, жалғыздық, ұайымсыздық) енді балама тәсілдермен басқарылуы керек. Бекітілген әрекеттер, дене тартарғысы, творчество және әлеуметтік байланыс – бұлардың барлығы мәжбүрлік циклсіз жақсы эмоциялық реттегіш болып табылады. Толық тізімнен алынған DBT TIPP дағдылары осы мақсатқа арналған.

Қысқаша мәлімет – биология, механизм, қалпына келтіру.

THE CENTURION — Бұл моральдық құқықбұзушылық емес. Бұл биологилық үлгі. Осыған ұқсас қалпына келтіру жүйесі жұмыс істейді.

БҰЛ НӘСІХАТ ҚАЙТЕРЛІК МЕҢГЕ.

Биологиялық факторлар: дофамин, эндогенді опиоидтар, окситоцин, Кулидж эффекті, порнографияның жоғары нормадан тыс стимулы. Механизм нақты, расталған және бұл адамгершілікке байланысты емес.

Фармакогеномика: DRD2 A1 (марапат дефициті), COMT Val/Val (жоғары интенсивностьты іздеу), MTHFR C677T (сертониннің жеткіліксіз мөлшерде бөлінуі). Бұл вариациялар есірткіге тәуелділікпен байланысты.

CSBD ДДҰ-11 жүйесінде: бұл Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының халықаралық классификация жүйесінде мойындалған жағдай, бұл клиникалық тілмен көрсетілген моральдық бағалау емес.

Науқаны жағдайды ушықтырмайды, керісінше нашарлатады. Науқан, мәнінен, бұл әрекет арқылы жеңілдетілуге тырысқан эмоционалдық қиындықтарға қосылады. Науқан сезімін алып тастау – алғашқы клиникалық қадам.

Порнографияға арналған профиль: жоғары деңгейлі ынталандыру, Кулидж әсері, сезімталдық төмендеу, нақты серіктестің қызығушылығының азаюы, алдыңғы ми жартышарындағы бұзылулар. 90 күндік кезең – жүйке жүйесінің қалпына келудің басталуы.

Косметикалық препараттар тізімі: NAC (глутаматтың теңгерігін қалпына келтіру, мәжбүрлік мінез-құлықты азайту механизмі), 5-MTHF (серотониннің қанығуын қолдау), цинк (окситоцин метаболизмі), магний глицинат, D3 дәрілі.

Жазылу: ұтырсынуды анықтаңыз. Жауапкершілікті орнатыңыз. Егер бар болса, травмаға назар аударыңыз. Егер бұзылған болса, байланысқа назар аударыңыз. Табиғи құрылымды қалыптастырыңыз. Мақсат – еріксіз, үйлесімді және қанағаттанды жыныстық өмір – оның жоқтығы емес.

SAMHSA: 1-800-662-4357 | SAA: saa-recovery.org | CSAT directory: iitap.com
Кризис: findahelpline.com | Ұлттық үй жалдаушыларға арналған телефон нөмері: 1-800-799-7233

Recovery Kernel | Мейрімсіз сексуалдық мінез-құлық | Мінез-құлыққа байланысты тәуелділік сериясы

Мәтін жоқ.

Биология, емес сот. Жұтыну тиімді.